"Согласовано"
Директор МОБУ "Лицей №6
_____ Н.Г. Исанова

"Утверждаю"
ИП Бикташева С.В.
_____ С.В. Бикташева

МЕНЮ на 18.11.2026
Среда/Неделя 2

Горячее питание
Категория: с 12-18 лет, СВО

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	0	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			0	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак 1 смена						
5	Тефтели из говядины с рисом с томатным соусом	100	8,4	13,28	10,07	193,38
322	Макаронные изделия отварные	180	6,58	4,68	39,36	229,9
648	Кисель витаминизированный	200	0	0	20	76
114	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного возраста)	70	4,2	0,7	48,67	171
	Масса порций	**500**				
Итого за Завтрак			**19,18**	**18,66**	**118,1**	**670,28**
Итого стоимость рациона						**89-10**
Обед 2 смена						
63	Суп картофельный с горохом	250	5	5	17	199
388	Котлеты из рыбы "Аппетитные" с томатным соусом	100	7,7	5,5	10,4	175
520	Картофельное пюре	180	3,6	5,7	24,4	199
283	Чай с сахаром	200	0,19	0	13	50,4
114	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного возраста)	70	4,2	0,7	48,67	171
Итого за обед		**800**	**20,69**	**16,9**	**113,47**	**794,4**
Итого за день			**39,87**	**35,56**	**231,57**	**1464,68**
Итого стоимость рациона						**100-10**

Технолог общественного питания _____ Е.П. Акилова



